

## 広汎性発達障害の息子から学んだ大切な事

### C氏（10代男性の母）

息子は小学校2年生の時に広汎性発達障害と診断されました。保育園の時から気になる行動があり、当時住んでいた市の身障センターで定期的に療育を受けていました。こだわりは色々あったものの、センターの先生から小学校は普通級で大丈夫と言われ、普通級へ入学しました。しかし、友達とのトラブルが絶えず、相手の母親から連絡が入ることも多く、学校の先生からは「一斉指導では理解が出来ていない」と言われました。癇癪を起こす頻度も多くなり、精神科を受診することになりました。

息子とじっくり関わらなければと思う一方、シングルマザーで頼れる身内もなく、フルタイム勤務の看護師である私には、その時間を十分に作ることができませんでした。時間に追われるあまり、息子に対して「早く～しなさい」と追い立てるような言い方が多くなり、息子がそれに従わないと「なんでそんな事をするの」、「ちゃんとしなさい」と、さらに頭ごなしに否定的な怒り方をしていました。ペアレントトレーニングで叱り方を学び、実践するよう心がけたものの、次第に私自身のストレスが溜まり蕁麻疹が出るようになりました。自分はダメな母親だ、と落ち込みました。

一人で抱えていては息子に悪影響がある、と危機感を感じ、民間の児童デイサービスを利用しました。小学校には行き渋る事もありましたが、楽しく遊べる友達もおり、何とか卒業することができました。しかし、高学年に入ってから、周りの子が急速に成長していく中で、息子の幼さが際立つようになっていました。

中学校に入ると、からかわれ、いじめを受けるようになり、息子は不登校になりました。当初は「学校に行かないとダメだよ、行ってダメなら保健室で休んだり早退してもいいから、行くだけ行っておいで」と、体調不良を訴える息子を説き伏せたり、叱ったりして、登校させようとしていました。今になって思うと、心身疲弊し、登校するエネルギーがない息子に、全く寄り添っていませんでした。学校に行く、行かない、そんなやりとりを続けているうち、息子は「自分は生きていても意味がない、死にたい」と口にするようになりました。

そんな中、息子に幻覚、幻聴が出現し、当時通院していた病院に入院する事になりました。症状が落ち着いて退院した後も、やはり学校には行けませんでした。支援級への転籍を息子に提案したところ、「今の学校では嫌だ」との返答でした。無理もないことと思い、校区外へ引っ越し、転校し、支援級に転籍しました。支援級では理解ある担任と出会い、息子のペースに合わせた指導が受けられる中で、少しずつ元気を取り戻し、登校が出来るようになりました。

しかし、自己中心的で不都合な事は全て周囲が悪いと主張する、平気で大嘘をつく、ゲームやスマホの使用時間に注意を受けると癇癪を起こす、そんな息子の状況に私は大きな不安を感じ、太田病院を受診しました。診察の中で、愛着障害でもこういう症状が

出ると言われました。私は、息子が幸せに生きられるように環境を整え、息子中心の生活をしてきたつもりだったので、そう言われた時は本当にショックでした。

カウンセリングを受けたことは、本当に良かったと思っています。助言をいただく中で、私の理想が息子を追い詰めていたこと、私が自分のルールで一杯一杯になっていたこと、息子の出来ないことばかりにフォーカスしていたことを痛感しました。また、息子と適度な距離を置くこと、良いところを見て些細な事でも褒めること、自分自身にも癒しや褒美を与えても良いということを教わりました。

私が頑張り過ぎるあまり、頑張れない息子の気持ちを理解する事が出来ずにいました。また、息子が辛い思いをしないよう、先回りをして何でもやった結果、息子が自分で判断や行動が出来なくなっているにも関わらず、出来ない息子を責めていたということに気がつきました。変わらなければならないのは私でした。

そう気がついてからは、たくさん情報を集めて、食事療法やタッチケア、断捨離による環境整備などの行動に移しました。すると、自分がしたいと思っていた活動を一緒にやろうという仲間が出来ました。以前は、私が一生懸命正しく生きていくことが、息子への最大の教育だと思っていました。しかし、息子はそんなことを望んでいなかったようです。私がやりたい活動をして、息子に夢を語るようになってから、息子も変わっていきました。

息子も将来を考え、そこに到達するために行きたい高等支援学校を自分で決めました。学校から帰るとゲームやスマホばかりしていた息子が、まず宿題をするようになりました。志望校が定員オーバーで合格が危ぶまれたため、私が出願先の変更を提案した際には「いや、後悔したくないから受ける」と言い切りました。冬休みの後半にはなんと1日6時間も勉強をして、面接練習も学校や児童デイだけでなく、家でも行ないました。

受験当日、学力検査では見直しをする余裕があり、面接でも落ち着いてはっきり発言出来たと振り返っていました。そして、合格発表の日。息子の受験番号を発見した時は涙が溢れました。取っ組み合いの喧嘩をしたことも多々ありました。暴言を吐かれ一緒に暮らすのが辛かった時もありました。そんな時は、息子が生まれた時の嬉しかった気持ちを思い出しました。息子との関わりを模索する中で、自分の問題にも気づかせてもらい、自分らしく生きていける方法を教えてもらいました。私の活動を応援してくれる息子に、心から感謝しています。

息子も今では笑いながら、毎日楽しく暮らしています。夜、一人で眠れなかった息子が、今年になって「今日から一人で寝るわ」と自分の部屋で寝ています。最近、緊張や不安感が大幅に減ったそうです。学校が楽しいと言って毎日登校し、部活動にも入りました。委員会活動も自ら立候補したそうです。癩癩も殆ど起こさなくなりました。環境や親のマインドセットが、こんなにも子供に変化をもたらすものなのかと驚いています。忘れ物、忘れ事が極端に多かったり、片付けや書類管理が出来ないなどの特性はありますが、工夫して社会で生きていく術をこれからも一緒に探していこうと思います。